

ほどがや

10月号
No.312

特集1

区民まつり 5・6

特集2

みんなで保土ヶ谷を
盛り上げよう! 7

ホームページから
PDF版を見る
ことができます



日時

10月28日(土) 9時30分~15時

※小雨決行、荒天の場合は中止

会場

保土ヶ谷公園(花見台4-2)

運動広場・ラグビー場・

かながわアートホール前テラス ほか



会場地図

- ・綱引き大会
- ・神奈川県警察音楽隊
- ・子ども大会
- ・スポーツ体験
- ・区民バザール(子ども向け)



・ステージイベント
※アートホール前テラス

・フリーマーケット

- ・区民バザール(飲食物・
物品の販売、展示)
- ・フードドライブ
- ・ステージイベント

・横浜駐屯地カレーの
無料配布

会場エリア

※各イベントの出演者・内容は、変更
または中止になる場合があります。

アクセス

会場周辺の道路は大変混み合います。
車での来場はご遠慮ください。

相鉄線「星川」駅または「和田町」駅より徒歩15分

路線バス(有料) いずれも「明神台」バス停下車

- ・JR「保土ヶ谷」駅西口から「横浜駅西口行き」(25系統)
または「星川駅行き」(127系統) 約12分
- ・「横浜」駅西口から「保土ヶ谷駅西口行き」(25系統) 約25分
- ・相鉄線「星川」駅から「保土ヶ谷駅西口行き」(125系統) 約7分

送迎バス(無料) 9時台~14時台

- ・JR「保土ヶ谷」駅西口発(約20分間隔)
- ・相鉄線「星川」駅南口発(約10分間隔)



当日の開催案内

区民まつりホームページ(当日7時更新)

ほどがや区民まつり 検索



GREEN x EXPO 2027

2027年国際園芸博覧会

保土ヶ谷区は2027年に
区制100周年を迎えます

区民まつりの主なイベント

横浜駐屯地カレー
※整理券を配布します

陸上自衛隊 横浜駐屯地



神奈川県警察音楽隊の演奏

フードドライブ

家庭などで余った食品を、必要としている人や施設に届けます。



受付できる食品は8ページ▶

子ども向けイベント

- スタンプラリー(小学生まで)
- 謎解きイベント
- 絵本の読み聞かせ・わらべ歌遊び など



グリーン エクスポ
GREEN×EXPO 2027
紹介コーナーも
あります!

ほかにも楽しめる
ブースがたくさん!



第2回 地区連合対抗綱引き大会

問 区役所生涯学習支援係
☎ 334-6308 fax 332-7409



昨年盛況だった地区対抗の綱引き大会を今年も開催。
各地区の団結力を見せましょう!

会場 保土ヶ谷公園ラグビー場
時間 11時~12時(予定)

優勝を目指して
天王町は今年も
本気で引っ張ります!



前回優勝チーム 中央地区 小塚さん

ステージイベント



出演者

- 運動広場
 - Welina~ハワイアンズOG~
 - NPO法人元気な地域人の会
 - 天然温泉 満天の湯(OFR48)
 - 保土ヶ谷区商店街連合会
 - 保土ヶ谷ファミリープラス~かるがも隊~
 - 横浜市立桜丘高等学校 SBC部
 - 横浜市立橘中学校 吹奏楽部
 - 陸上自衛隊 横浜駐屯地 横浜湊和太鼓
- かながわアートホール前テラス
 - 三曲会
 - Dance International
 - Beat k kids
 - ほ도가や区の歌合唱団
- ラグビー場
 - 神奈川県警察音楽隊

特集
2

区民まつり
だけじゃない

2027年の区制100周年に向けて

みんなで保土ヶ谷を盛り上げよう!

皆さんの
意見を
募集中!



区公式Instagram フォトコンテスト2023

あなたの「#フォトガヤ」募集中

10月31日
まで



区役所広報相談係

☎ 334-6221 fax 333-7945

保土ヶ谷の魅力を再発見! 区公式Instagramをフォロー&「#フォトガヤ」を付けて、区内の魅力あふれる写真を投稿してください。受賞した10作品を区内施設で展示します!(来年1月予定)

テーマ 「保土ヶ谷の魅力」「保土ヶ谷の花・緑」



ほどがや花憲章賞を新設
花や緑の写真を投稿し、「GREEN×EXPO 2027」に向けて、「花の街ほどがや」を盛り上げよう!

▲ほどがや花憲章



審査員はプロの写真家

森 日出夫 氏

横浜市生まれ。
JPS(日本写真家協会)所属。
横浜を拠点に活躍する写真家。

受賞者10人には賞品も!

最優秀賞



ハングリータイガー
「オリジナルハンバーグ・ステーキ」

ほどがや花憲章賞



天然温泉 満天の湯
「ペアチケット」

優秀賞



ふらんすやま
「オレンジショコラとトリュフ」

抽選で30人に
プレゼント



偕恵いわまワークス
「焼き菓子詰め合わせ」

ほどがや産野菜を使ったレシピ募集中

第2回 地産地消料理コンテスト

区役所地域力推進担当 ☎ 334-6380 fax 333-7945

区制100周年に記念レシピ集を発行します。ほどがや産野菜の魅力を引き出すとっておきのアイデアレシピをぜひ応募してください!

テーマ ほどがや産野菜を
たっぷり使った麺料理

申込み 10月20日までに応募
用紙を窓口(区役所本館
2階22番)・郵送または
電子申請システム



昨年は小学生からも
応募がありました!

書類審査で選ばれた5作品は
料理コンテストに進みます

日時 12月16日(土)
10時~12時30分
会場 ほどがや地区センター



地域みんなで元気に!

ラジオ体操をしよう

区役所健康づくり係 ☎ 334-6345 fax 333-6309

ラジオ体操は、骨・関節・
筋肉をまんべんなく動かせ
る全身運動です。

区では、区制100周年に
向けて、ラジオ体操の普及
を進めています。

また、ラジオ体操の講師を
自治会・町内会に派遣して
います。

近くでラジオ体操の講習会があったら
ぜひ参加してください!



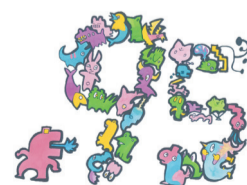
小・中学校から盛り上げる!

カウントアップリレー

区役所企画調整係 ☎ 334-6227 fax 333-7945

区内小中学校児童・生徒の皆さんが、区制100周年を迎える
2027年まで毎年、周年をテーマにした作品を制作しています。
周年を表現する人文字や絵画など、各学校の作品をお楽しみに!

昨年度の作品を
一部紹介



100周年に向けて中学生が動き出す こども未来プロジェクト

区役所学校連携・こども担当 ☎ 334-6322 fax 333-6309

区制100周年を迎える年に18歳前後
になる中学生によるプロジェクトが発足!
約20人がオンラインミーティングに参加し、
区制100周年を盛り上げるアイデアを
出し合い、実現に向け取り組んでいます。





区民企画型講座



☎ 区役所生涯学習支援係

☎ 334-6308 fax 332-7409

✉ ho-manabi@city.yokohama.jp

①第2弾 知ってる?ほ도가や野菜ってすごすぎる! ～味わう・考える「地産地消と都市型農業」～

回	日程	内容	講師
1	11月7日(火)	野菜の作り置き冷凍レシピ (実習・試食あり)	野菜ソムリエプロ 冷凍生活アドバイザー 根本 早苗 氏
2	11月14日(火)*	収穫体験、とれたて野菜を 実食(野菜のお土産あり)	自然菜園あかね空 代表 矢野 輝 氏
3	11月28日(火)	「ほ도가やアグリゲーム」で 地産地消を学ぼう	親と子のつどいの広場 ぎんがむら施設長 永井 沙蓉 氏

*雨天時は11月21日(火)に延期

時間 10時～12時 会場 ほ도가や地区センター・自然菜園あかね空など
定員 20人(抽選) 費用 2,000円 締切 10月22日

申込み 各締切日必着ではがき・FAX・Eメール 〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号・Eメールアドレス・年齢・応募動機を明記
(共通) 〒240-0001 川辺町2-9 区役所生涯学習支援係 *Eメールの場合は件名に講座名を入れてください。

②ほ도가や散歩2

箱根駅伝(東京箱根間往復大学駅伝競走)の「坂」を歩こう! **無料**

回	日程	内容	講師
1	11月1日(水)	講義 「新旧の権太坂について」	NPO法人 保土ヶ谷ガイドの会
2	11月8日(水)*	旧 権太坂を歩こう	
3	11月15日(水)*	新 権太坂を歩こう	
4	11月22日(水)	講義 「100回を迎える箱根駅伝」	

*雨天中止

時間 10時～12時 会場 ほ도가や市民活動センター アワーズなど
定員 20人(抽選) 締切 10月18日12時

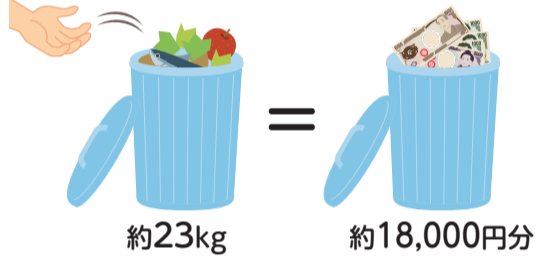


10月は食品ロス削減月間 ～フードドライブにご協力ください～

☎ 区役所資源化推進担当

☎ 334-6304 fax 332-7409

年間一人当たりの食品ロスの量(市内)



「いつか食べる」と残している食品は
食品ロス予備軍!

調理するときは、残っている食材
から使いましょう。



買い過ぎてしまった食品は **フードドライブ**

家庭などで余った食品を集め、区内の福祉施設や食べ物を必要としている人に届けます。

○受付できるもの

賞味期限が2か月以上あり、
未開封で常温保存可能な食品
お米、乾麺、缶詰、レトルト・インス
タント食品、調味料、防災備蓄品など



×受付できないもの

賞味期限が2か月を切っ
ているもの、生鮮食品、開封さ
れているもの、賞味期限の記
載がない食品など

受付場所

- 区役所資源化推進担当(本館2階24番)
平日:8時45分～17時
- 資源循環局保土ヶ谷事務所2階(狩場町355)
日曜以外:9時～16時

区民まつりでも
受け付けるよ!

「ヨコハマ3R夢」マスコット
イーオ



エコドライブの実践が地球温暖化防止につながります!

☎ 区役所企画調整係

☎ 334-6227 fax 333-7945

国内の自家用車による年間CO₂排出量は1億303万トンといわれています。
エコドライブを実践すると、CO₂排出量や燃料消費量を減らすことができます。地球にもお財布にも優しい運転方法です。

もし、日本中が
エコドライバーになったら…
削減できるCO₂排出量は
約1,000万トン!

エコドライブのポイント

アクセルは
ふんわり踏む



車間距離にゆとりを持ち、加速・
減速の少ない
運転をする



不要な
荷物は降ろす



出典:環境省ホームページ

保土ヶ谷区のあゆみ

～区制100周年に向けて～

No.7

御所台の井戸と北条政子信仰

横浜市歴史博物館 主任学芸員 阿諏訪 青美

☎ 横浜市歴史博物館 ☎ 912-7777 fax 912-7781

保土ヶ谷区岩井町付近は、戦国期までは久良岐郡に属し、江戸時代の東海道保土ヶ谷宿の拡大に伴って橘樹郡に加わり、保土ヶ谷四町のうち岩間町になりました。東海道は保土ヶ谷宿で金沢鎌倉道(弘明寺道)へ分岐します。金沢鎌倉道はそのルートから中世の鎌倉道(中の道)と重なると言われていて、15世紀成立の「廻国雑記」には京都・聖護院の僧侶が通った地名に、新羽(港北区)・岩井の原(保土ヶ谷区)・餅井坂(南区)が登場します。

この金沢鎌倉道が岩井の原を抜けて台地をのぼる坂の途中に、「御所台地藏尊」と「御所台の井戸」があります。文政7(1824)年の岩間町絵図面*1には、福聚寺のある坂の登り口から少しの距離に「地藏堂」が描かれており*2、これが御所台地藏尊でしょう。現在、地藏尊の周囲には庚申観音堂や複数の石塔、供養塔が合わせて安置されており、坂を越えた先は橘樹郡保土ヶ谷宿と久良岐郡永田村との境界になることから、地藏尊や石塔は境神としての役割も持っていたようです。

いっぽう「御所台の井戸」は道を挟んで地藏尊の斜め向かいにあり、かつては坂を上り下りする旅人の喉を潤したのでしょうか。現在は地中に埋めた直径80cmほどの大甕で湧水を溜めています。この井戸には、鎌倉時代に北条政子が弘明寺参詣の途中で休んだという伝承があるため「政子の井戸」とも呼ばれ、平成3(1991)年に横浜市登録文化財となりました。

北条政子とは、鎌倉幕府を開いた源頼朝の妻で、夫・頼朝と2人の息子・頼家と実朝の死後、幼い頼経(四代将軍)の後見をつとめて「尼将軍」とも呼ばれる人物です。この政子の伝承は金沢鎌倉道をたどった先の南区・乗蓮寺にもあり、乗蓮寺は北条政子が建てた御影堂を基とし、政子が自らを彫った北条政子坐像を祀っていて、境内には「政子の化粧井戸」があります。

乗蓮寺の政子像は、安産や子育て・母乳の御利益を求めて、江戸時代から近年まで多くの人々の信仰を集めており*3、そこから更に様々な伝承が生まれていったのでしょう。江戸時代の地誌には「政子の墓」が井土ヶ谷村と太田村の境にあったと記します。保土ヶ谷区の「御所台の井戸」も、乗蓮寺への参詣ルート上にあったために政子伝承が加わったと推測できます。



横浜市登録文化財(地域史跡)
御所台の井戸(写真:横浜市教育委員会提供)

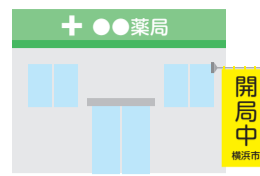
*1 横浜市歴史博物館企画展「東海道 保土ヶ谷宿」展覧会図録(2011年)21頁掲載。*2 絵図には地藏堂とならんで観音堂も描かれる。
*3 乗蓮寺は寛永10(1633)年に再興され、その棟札に「鎌倉二位尼御影堂一字」を建てたとあり、この頃には政子への信仰があったようだ。

次回(12月号)は、「富士瓦斯紡績株式会社 保土ヶ谷工場」について紹介します。

災害時医療のぼり旗掲出訓練

☎ 区役所事業企画担当
☎ 334-6343 fax 333-6309

市内で震度6弱以上の地震が発生すると、診療や開局が可能な医療機関・薬局は「診療中」「開局中」と書かれたのぼり旗を掲出します。



訓練期間 10月23日(月)～25日(水) **掲出場所** 区内の病院、一般診療所、歯科診療所、薬局

重症	■生命の危険がある 意識の低下、大出血、浅い呼吸、脈が触れない など	▶災害拠点病院へ ※市内13か所 区付近では横浜市立市民病院	
中等症	■重症ではないが搬送が必要 負傷して歩くことができない など	▶災害時救急病院へ ※区内6か所	
軽症	■負傷しているが、歩くことができる	▶のぼり旗が掲出されている診療所へ ※地域防災拠点の負傷者(軽症者)に対しては、医師・薬剤師・看護師などの医療救護隊が巡回診療を行います。	
軽いけが	■区民の自助・共助による応急手当 全ての地域防災拠点に応急手当用品(消毒液、包帯、ばんそうこうなど)があります。		

医療機関など ▶

ノロウイルス感染症を予防しましょう

ノロウイルスは感染すると、下痢・おう吐・発熱などの症状が見られます。



▲対策

☎ 区役所食品衛生係 ☎ 334-6361 fax 333-6309
☎ 区役所健康づくり係 ☎ 334-6344 fax 333-6309

ノロウイルスの特徴

- 冬季に流行し、感染力が強い
- 「食品から人」または「人から人」へ感染
- 回復後もウイルスの排せつは最長1か月間続く
- 抵抗力が弱い乳幼児・高齢者は重症化しやすい
- 消毒には次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)が有効
※消毒用アルコールは十分な効果がありません。

予防のポイント

- 1 手洗い**
調理・食事の前やトイレの後は、せっけんをよく泡立てて洗いましょう。2度洗いが効果的です。
- 2 健康管理**
症状がある場合は、調理を避けましょう。家族に感染者がいると、症状がなくても感染している可能性があります。
- 3 食品の加熱殺菌**
カキなどの二枚貝は中心部まで85～90℃以上で90秒以上加熱し、調理器具は熱湯や次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。



おう吐物・ふん便処理のポイント

使い捨ての手袋をし、消毒液を染み込ませた布・ペーパータオルで拭き取ります。その後、10分ほど放置し、水拭きをしましょう。
汚物はすぐにビニール袋に入れ、口を縛り捨てます。消毒液を染み込ませるとより効果的です。

次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方 ～塩素系漂白剤(5%)を使用する場合～

調理器具や通常の掃除用(0.02%)

水 2ℓ

漂白剤
キャップ2杯弱

おう吐物・ふん便の処理後など、汚染がひどい場所用(0.1%)

水 500ml

漂白剤
キャップ2杯

飼い主のルールやマナーを守りましょう

☎ 区役所環境衛生係
☎ 334-6363 fax 333-6309

散歩中のふん尿の始末や犬の鳴き声について苦情が多く寄せられています。市では、条例で飼い主の責任と義務を定めています。マナーを守って、犬と楽しく暮らしましょう。

1 散歩中の排せつ物は飼い主が片付ける

家の玄関や塀にふん尿をさせないよう、散歩前に排せつを済ませましょう。



2 放し飼いはしない

散歩は必ずリードを付け、犬を制御できる人が行いましょう。



3 飼い犬の鳴き声で迷惑をかけないようにする

鳴いている原因が分からないときは、獣医師やしつけの専門家に相談しましょう。



健康・医療に関するひとことアドバイス

かかりつけ薬剤師について



保土ヶ谷区薬剤師会 加藤 央記

「かかりつけ薬剤師」という言葉を聞いたことはありますか。

かかりつけ薬剤師とは、薬物治療や健康・介護などに関する豊富な知識と経験を持ち、患者の要望に合わせた健康全般の相談に応じることができる薬剤師のことです。基本的に一人の薬剤師が一人の患者の薬を一元的に管理します。服用状況や複数の医療機関から処方された薬・市販薬・サプリメントとの飲み合わせ、副作用などを継続的に確認します。薬局が開いていない時間にも、電話で薬に関する相談や適切なアドバイスを受けることができます。また、処方医や地域の医療機関と連携する体制を整えているため、医療チームのサポートを受けられます。

薬の相談会・イベントなどを行っている薬局もあるので、かかりつけ薬剤師を探してみたいはいかがでしょうか。

☎ 区役所健康づくり係 ☎ 334-6344 fax 333-6309

アイコンの見方

- 🕒日時・期間
- 📍会場
- 👤対象・定員
- 💰費用
- 📄内容
- 🎒持ち物
- 📄申込み
- 🗨️問合せ
- ☎️電話番号
- 📠ファクス番号
- ✉️Eメールアドレス
- 🛋️休館日
- 🆓無料
- 👶保育
- 📅要予約

区役所から

区民文化祭

📍地域活動係 ☎️334-6303 📠332-7409
・子ども芸術劇場 無料

🕒10月15日(日)11時～(開場:10時30分)
📍保土ヶ谷公会堂 申込み直接会場へ
📍区子ども会育成連絡協議会 ☎️090-3875-4284

・保土ヶ谷茶会
🕒10月21日(土)・22日(日)10時～15時
📍保土ヶ谷公会堂 ¥600円 申込み直接会場へ
📍保土ヶ谷茶道会 ☎️371-4526

・華道会いけばな展 無料
🕒10月21日(土)・22日(日)10時～17時
(22日は16時まで) 📍岩間市民プラザ
申込み直接会場へ 📍保土ヶ谷華道会 ☎️080-5483-6548

・かがやき作品展(高齢者作品展) 無料
🕒10月27日(金)～31日(火)9時30分～16時
📍岩間市民プラザ 申込み直接会場へ
📍区老人クラブ連合会 ☎️331-3322、区役所高齢・障害係 ☎️334-6382 📠331-6550

食品衛生責任者実務講習会 無料

🕒10月30日(月)14時～15時30分
📍区役所3階会議室 食品衛生責任者先着20人
🕒10月16日から窓口(本館3階31番)か電話 📍食品衛生係 ☎️334-6361 📠333-6309

農と緑のふれあい祭り

🕒11月3日(祝・金)10時～14時
📍環境活動支援センター・横浜市児童遊園地・横浜市子ども植物園
📍野菜の収穫体験など 申込み一部事前申込 ※費用など詳細はHP 📍環境活動支援センター ☎️711-0635 📠721-6356


農と緑のふれあい祭り [検索](#)

ブルガリア料理教室

🕒11月9日(木)10時～13時(受付:10時～)
📍今井地区センター 区内在住・在勤 先着16人 ¥1,000円
🕒10月15日10時から会場窓口(電話は翌日から) ☎️352-1183
📍生涯学習支援係 ☎️334-6307 📠332-7409

グループトーク「みんなで話そう、つながろう! 横浜での子育て」 無料

🕒11月27日(月)10時～12時
📍区役所3階会議室 子育てに関心がある人 先着30人
🕒10月15日から電子申請システム
📍子ども青少年局企画調整課 ☎️671-4281 📠663-8061

保育は1歳～未就学児、先着順(10月15日から)、
電子申請システム ▶ 

特別講演「誤嚥性肺炎予防 いつまでも食べるを楽しむ」 無料

🕒12月3日(日)13時30分～15時30分
📍保土ヶ谷公会堂 市内在住・在勤の10歳以上 先着200人
📍講師:西山耕一郎 医師
🕒10月16日から電話かHP 📍区在宅医療相談室 ☎️465-6366 📠465-6367

上菅田笹の丘小学校 コミュニティハウス閉館のお知らせ

上菅田笹の丘小学校の建て替えに伴い、コミュニティハウスを新校へ移すため、11月30日(木)で閉館します。
新たな施設の開館日や利用案内などは、区ホームページや広報ほどがや区版でお知らせします。

休止期間
12月1日(金)～2024年1月上旬
📍区民施設担当 ☎️334-6305 📠332-7409

神奈川県によるがけ地調査 無料

すでに指定されている土砂災害警戒区域などについて、地形が変わった場所や新たに確認できたがけ地などの区域を見直します。保土ヶ谷区の調査は10月から始めます。事前に許可を得て、宅地内に立ち入ることがあります。ご協力をお願いします。
※調査員は神奈川県が発行した証明書を携行しています。

📍横浜川崎治水事務所 急傾斜地第一課 ☎️411-2500 📠411-2602

まちなか農家さんの“ほどがや朝市”～旬な“ほどがや産野菜”を直売します～

🕒10月14日(土)・20日(金)9時30分～(売り切れ次第終了)
📍区役所前広場 申込み直接会場へ(小雨決行・荒天中止。マイバッグを持参)
📍地域力推進担当 ☎️334-6380 📠333-7945

横浜中部地区市民朝市

野菜・花などを即売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会)
🕒10月15日、11月5日の日曜 7時30分～8時30分(売り切れ次第終了)
📍保土ヶ谷公園ミニ運動広場 申込み直接会場へ
※公園駐車場(有料)は5時からオープン
📍北部農政事務所 ☎️948-2480 📠948-2488

ギャラリーガイド

📍地域活動係 ☎️334-6303
●区民ギャラリー(区役所本館1階ロビー)
・地域の担い手はぐくみ事業展
🕒10月23日(月)～31日(火)
・かがやき作品展 入賞作品展
🕒11月2日(木)～16日(木)
●アーバンアートほどがや(JR保土ヶ谷駅ビル3階)
・第20回自画自賛の会展
🕒10月24日(火)～11月7日(火)
・税に関する絵はがきコンクール展
🕒11月9日(木)～16日(木)

施設から

西谷地区センター

〒240-0054 西谷3-15-1
☎️371-3794 📠370-3161 休10/16(月)

西谷理科こクラブ 無料

🕒10月25日(水)15時～17時 ※入退場自由
📍小学生 申込み直接会場へ

草木を楽しもう!クリスマスワッグ

🕒11月24日(金)9時30分～11時30分
📍成人 先着15人 ※初めての人優先 ¥2,000円
🕒11月3日10時から電話かHP

ほどがや地区センター

〒240-0003 天王町1-21
☎️333-0064 📠520-1650 休10/16(月)

やさしい椅子ヨガ

🕒11月7日～12月5日の火曜(全5回) 13時～14時
📍成人 先着20人 ¥2,500円
🕒10月17日

初めてのスマホ教室

🕒11月15日・29日の水曜(全2回) 13時30分～16時
📍先着15人 ¥500円
🕒10月25日

共通 申込み各開始日9時30分から電話

初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1
☎️352-3992 📠442-3559 休10/16(月)

将棋教室 無料

🕒10月30日(月)15時30分～16時50分
📍小学3年生以上 先着12人 申込み直接会場へ

壁紙貼り教室

🕒11月11日(土)10時～12時
📍成人 先着18人 ¥800円
🕒10月15日9時30分から窓口(電話は翌日から)

常盤台コミュニティハウス

〒240-0067 常盤台53-2
☎️348-8277 📠348-8288 休10/23(月)

子育てサロン「バームクーヘン」 無料

🕒10月12日(木)10時～11時30分
📍未就園児 遊び、絵本の読み聞かせなど 申込み直接会場へ

くぬぎ台小学校コミュニティハウス

〒240-0045 川島町1374-1
☎️371-7611 休火・金曜

秋のバイオリンコンサート 無料

🕒11月3日(祝・金)13時～14時15分、15時～16時15分
📍各先着40人 申込み10月15日から窓口・電話・FAX 〒住所・氏名・電話番号を明記

食べに行こう! ほどがや野菜

ユニオン シーフード カフェ
UNION SEAFOOD CAFE シーフードイタリアン

今年2月にオープンした高架下のおしゃれなイタリアン。ランチ限定の「トマトのクリームラザニア」は、こんがり焼かれたトマトの酸味と甘みが絶妙で、パンとの相性抜群です。トマトを使ったディナー限定のメニューも豊富。緑あふれる店内で、ランチからディナーまで、ほどがや産トマトを味わってください。

ほどがや産野菜を使ったメニュー

トマトのクリームラザニア(パン食べ放題・ドリンク飲み放題付き)
平日1,650円 休日1,760円(税込)

提供時期 ～12月 ※予告なくメニューが変更することがあります。




営業情報

所在地 星川1-1-1 星天qlay 1F

時間 11時～22時
※休業日は星天qlayに準ずる

電話 442-8078

アクセス 相鉄線「星川」駅直結

📍区役所地域力推進担当 ☎️334-6380 📠333-7945
紹介したお店の詳細 ▶ 



桜ヶ丘コミュニティハウス

〒240-0015 岩崎町15-30
☎331-5368 ㊟331-8990 ㊟10/16(月)

■ハロウィーンおはなし会 ㊟
㊟10月29日(日)10時30分～12時 ㊟
先着20組 ㊟かぼちゃのお菓子入れ作り、
紙芝居 ㊟随時窓口か電話

■お楽しみ人形劇「ばけくらべ」 ㊟
㊟12月2日(土)11時～12時 ㊟先着40
人 ㊟10月17日9時30分から窓口(電
話は翌日から)

峯小学校コミュニティハウス

〒240-0064 峰岡町1-10
☎㊟337-3319 ㊟火・金曜

■スマートフォン初心者向け教室
㊟11月16日(木)・23日(祝・木)(全2回)
13時30分～16時 ㊟先着10人 ㊟500
円 ㊟ラインの基本操作 ㊟ラインインス
トール済みのスマートフォン ㊟10月16
日9時から電話

権太坂コミュニティハウス

〒240-0026 権太坂3-1-1権太坂スクエアA-1
☎713-6625 ㊟713-6695 ㊟10/16(月)

■パソコン・スマホ相談会 ㊟
㊟10月17日～11月7日の火曜 13時
30分～16時 ㊟直接会場へ

■おはなし村 ㊟
㊟11月18日(土)11時～11時30分 ㊟
2歳以上 先着15人 ㊟10月21日から
窓口か電話

ほどがや国際交流ラウンジ

〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階
☎337-0012 ㊟337-0013 ㊟10/16(月)

■日本語教室 ㊟
㊟10月12日～11月9日の木曜夜・金曜
午前・土曜午後(11月3日は休み)※土曜
午後は要申込 ㊟外国人 ㊟直接会場へ

■外国人母親交流会～ぴっころ～ ㊟
㊟10月17日・24日、11月7日の火曜
10時30分～11時30分※17日はオン
ライン ㊟外国人と日本人 ㊟直接会場へ

岩間市民プラザ

〒240-0004 岩間町1-7-15
☎337-0011 ㊟337-2500 ㊟10/16(月)

■サイレントシネマ&活弁ワールド14
㊟2024年2月4日(日)14時～ ㊟全席
指定2,000円(当日2,500円) ㊟出演:
坂本頼光(活動弁士)、演目:大佛次郎原
作「水戸黄門 来国次の巻」、「海底王
キートン」 ㊟11月3日からチケット発売

保土ヶ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1
☎333-1336 ㊟335-0421

■大人のためのおはなし会 ㊟
㊟10月26日(木)10時30分～12時 ㊟中
学生以上 先着15人 ㊟10月16日9時30
分から窓口か電話

■ストーリーテリング入門講座 ㊟
㊟11月9日(木)・23日(祝・木)・30日
(木)(全3回)10時～12時 ㊟全回参加で
きる人 先着10人 ㊟話の選び方・覚え
方など ㊟10月19日9時30分から窓口
か電話

狩場緑風荘

〒240-0025 狩場町295-2
☎742-2311 ㊟741-2216 ㊟10/24(火)

■発表会weeeeeek ㊟
㊟10月28日(土)～30日(月)10時～
15時 ㊟団体の発表会・作品展など ㊟直
接会場へ

川島町公園こどもログハウス

〒240-0045 川島町825-1
☎㊟373-8566 ㊟10/16(月)

■チャレンジタイム ㊟
㊟10月18日(水)15時30分～15時45
分 ㊟中学生以下 ㊟直接会場へ

■おはなし会 ㊟
㊟11月7日(火)11時～11時20分 ㊟幼
児と保護者 ㊟直接会場へ

浅間コミュニティハウス

〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F
☎311-6085 ㊟311-6050 ㊟10/16(月)

■オルゴールコンサート
㊟11月23日(祝・木)14時～15時 ㊟成
人 先着15人 ㊟200円(当日持参) ㊟11
月1日から窓口か13時から電話

三ツ沢公園 青少年野外活動センター

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎314-7726 ㊟311-6444

■わんぱくおてんば探検隊
㊟11月23日(祝・木)9時30分～15時
30分 ㊟小学1・2年生 48人(抽選) ㊟
3,500円 ㊟野外炊事、自然観察など ㊟
11月5日までに往復はがきかHP ㊟住
所・参加者全員の氏名(ふりがな)・学年・
電話番号・事業名を明記

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1
☎811-8444 ㊟812-5778

■もしもの体験キャンプ
㊟11月26日(日)10時～15時30分 ㊟
小学生と保護者 12組(抽選) ㊟中学生
以上:2,600円、小学生:2,200円、4歳～
未就学児:1,200円、3歳以下:100円 ㊟
ロープワーク、消火活動など ㊟10月27
日消印有効で往復はがきかHP ㊟住所・
参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢・電
話番号・Eメールアドレス・事業名を明記

横浜市こども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122
☎741-1015 ㊟742-7604 ㊟10/16(月)

■果樹の剪定講座(ウメ)
㊟11月16日(木)10時～12時 ㊟成人
14人(抽選) ㊟1,000円 ㊟11月2日必着
で窓口・はがき・FAX・HP ㊟住所・氏名
(ふりがな)・年齢・電話番号・事業名を明記

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎862-5052 ㊟865-4671 ㊟10/26(木)

■女性のストレスケア&マインドフルネス ㊟
㊟12月16日・23日の土曜
10時～11時30分
㊟女性 先着22人
㊟1,000円/回
㊟11月7日9時からHP

保育は2か月～未就学児、予約制(4日前
まで)、有料 ㊟子どもの部屋 ㊟862-4750

中央図書館

〒220-0032 西区老松町1
☎262-0050 ㊟231-8299

■移動図書館 はまかせ号 ㊟
㊟10月11日・25日、11月8日の水曜
15時10分～16時※荒天中止 ㊟狩場
町第三公園(狩場町325-5) ㊟図書館に
ある約3,000冊の本を載せて巡回し、
本の貸出・返却・予約を行う ㊟直接会場へ

すみれ通信 ～区民の情報広場～ ※区民が主催する活動を掲載

■ほめ方しかり方練習講座 ㊟
㊟11月1日～22日の水曜(全4回)10時～11時45分 ㊟親と子のつどいの広場
とぴあ ㊟2歳半以上の子どもの保護者 先着8人 ㊟無料(保育:1,000円/人) ㊟
10月16日から電話 ㊟ピアわらべ ㊟090-8170-6495

■ほめ方しかり方練習講座 参加者募集 ㊟
㊟11月8日・15日の水曜(全2回)10時～12時 ㊟親と子のつどいの広場マム
マム ㊟2歳半～未就学児の保護者 先着6人 ㊟1,000円(保育:1,000円/人) ㊟
10月16日から電話 ㊟増田 ㊟070-3520-0606

ほっとななぞとき!

㊟区役所事業企画担当 ㊟334-6341 ㊟333-6309

ほっとなまちづくり*に関する謎解きに挑戦! ※保土ヶ谷区地域福祉
保健計画の愛称



ヒント 答えは記事の下
地域ではこんな「〇〇〇〇・支えあい」が行われています
●子どもから高齢者まで集まる「みんなの食堂」への食料支援
●近所の人同士のあいさつ
●近所の人や仲間の異変に気付いたら声を掛ける など



横浜FCの応援に スタジアムへ行こう!

10月の
ホームゲーム
(ニッパツ三ツ沢
球技場)

がんばれ! 横浜FC
10月21日(土) VS FC東京



保健・子育てインフォメーション

申岡 健康づくり係 ☎334-6344～7 ☎333-6309

■肺がん・胃がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・横浜市健康診査
内容などの詳細は、広報ほどがや区版5月号「保存版保健だより」に掲載

■肺がん検診(受診は年度1回)予 ☎334-6345

☎11月15日(水)〈受付〉9時～10時30分※予約時に指定〈予約〉10月18日から
区役所本館3階 ☎40歳以上(2024年4月1日時点) 先着50人 ☎エックス線撮影
680円※協力医療機関でも実施(令和6年度からは、医療機関での個別検査のみと
なります。)

■エイズ・梅毒検査予 ☎ 匿名での検査 ☎334-6347

※事前に実施状況を電話で問合せください。
☎原則毎週火曜(閉庁日を除く)〈受付〉9時～9時15分 ☎区役所本館3階 ☎結果
を翌週以降の火曜(閉庁日を除く)に説明〈受付〉8時45分～9時

■食と生活の健康相談予 ☎ ☎334-6344

☎①10月19日(木)9時～、10時～、11時～ ②11月7日(火)13時30分～、14
時30分～、15時30分～ ☎区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談予 ☎ ☎334-6344

☎10月20日(金)9時～、10時～、11時～ ☎区役所本館3階栄養相談室 ☎0～
18歳の食事の相談 ☎母子健康手帳

■離乳食教室予 ☎ ☎334-6344

☎10月20日(金)13時30分～15時 ☎区役所本館3階会議室
☎生後7～8か月児(離乳食1日2回程度)と保護者 先着20組
☎離乳食の話、調理実演、試食、個別相談
☎母子健康手帳・試食用スプーン(親子とも)・タオル



■歯っぴい いきいき1歳児予 ☎ ☎334-6344

☎11月1日(水)9時45分～、10時45分～〈予約〉随時
☎区役所本館3階受付
☎2022年10月～12月生まれ 各回先着10人
☎歯ブラシ(親子とも)・母子健康手帳



重症化予防に インフルエンザ予防接種を受けましょう

ワクチンの免疫効果は約5か月です。流行前の12月上旬までに接種しましょう。

■高齢者インフルエンザ予防接種

☎10月1日(日)～12月31日(日) ☎市内に住み登録があり、接種日時点で次の
①か②に該当する人 ①65歳以上、②60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能
またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に1級相当の障害がある人
☎¥2,300円 ※費用が免除になる人もいます。
☎横浜市予防接種コールセンター(平日9時～17時)
☎330-8561 ☎664-7296



スポーツ情報

区民大会

区スポーツ協会事務局(保土ヶ谷スポーツセンター内)
☎ ☎332-1130(月～金曜の13時～17時)

大会名	日程(申込締切)	会場	費用	申込み・問合せ先
女子ダブルス バドミントン大会 (団体戦)	11月3日(祝・金) (10月27日必着)	保土ヶ谷 スポーツセンター	7,500円/チーム	泰良 利治 ☎715-0332
秋季 ボウリング大会	11月12日(日) (11月10日必着)	ハマボール	会員2,500円/人 会員ジュニア2,300円/人 一般2,800円/人 一般ジュニア2,500円/人	石丸 茂喜 ☎712-2351
女子ダブルス テニス大会	11月19日(日) (10月27日必着)	清水ヶ丘公園 庭球場	4,500円/組	板垣 進哉 ☎338-7014 (20～22時)
お楽しみ 卓球大会	12月3日(日) (11月13日必着)	保土ヶ谷 スポーツセンター	1,000円/人	石田 昌子 ☎332-3646

保土ヶ谷スポーツセンター

〒240-0005 神戸町129-2
☎336-4633 ☎336-4635

当日受付教室

※詳細はHPをご覧ください。

教室名	日時	対象・定員(先着)	費用
ピラティス	10月13日・20日・27日、11月10日の金曜 10時40分～11時40分	16歳以上 各40人	650円 /回
夜のリセット ピラティス	10月13日・27日、11月10日の金曜 21時10分～22時		
カーディオ キックボクシング	10月14日・21日・28日、11月4日の土曜 19時40分～20時40分	中学生以上 各40人	
ズンパ®	10月17日・24日・31日、11月7日の火曜 11時25分～12時10分	中学生以上 各48人	

☎飲み物・タオル・動きやすい服装など ☎直接会場へ

申岡 子育て家庭係 ☎334-6323 ☎333-6309

■乳幼児歯科相談予 ☎ ☎334-6297

☎10月19日(木)9時30分～、10時～、10時30分～ ☎区役所本館3階母子相談室
☎未就学児 ☎歯ブラシ・母子健康手帳

■乳幼児健康診査予 ※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	10月18日、11月1日の水曜	12時45分～13時30分の間で 個別に案内した時間
1歳6か月児	10月25日(水)、11月2日(木)	
3歳児	10月12日・19日、11月9日の木曜	

☎区役所本館3階健診受付 ☎問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、バスタ
オル、歯ブラシ(1歳6か月児・3歳児)、尿・尿検査申込書(3歳児)
※体調不良や都合の悪いときは次回以降の日程にお越しください。
※転入した人には案内が届かない場合がありますのでお問合せください。

地域子育て支援拠点 こっころからのお知らせ

〒240-0001 川辺町2-5 パークタワー横濱星川1階 ☎340-0013 ☎332-3190
☎休日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日 ※詳細はHPをご覧ください。

■絵本作家 保科琢音と12人のお父さん達～シーズン5～予 ☎

☎10月21日(土)10時30分～11時30分 ☎未就学児と保護者

■横浜子育てサポートシステム入会説明会予 ☎

☎11月11日(土)・24日(金)10時30分～11時30分 ☎子ども(生後57日～小学6年生)
を預けたい人、預かる人(市内在住の成人で健康な人) 各先着8人 ☎10月17日から
窓口 ☎電話 ☎333-3885

地域子育て支援拠点 こっころサテライトからのお知らせ

〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階 ☎459-9140 ☎459-9150
☎休日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日 ※詳細はHPをご覧ください。

■サテライト プレパパ・プレママDAY予 ☎

☎11月11日(土)13時30分～15時 ☎初産で妊娠16週から32週までの妊婦とパー
トナー 先着6組 ☎沐浴体験・妊婦体験 ☎子育てガイドブック・バスタオルなど ☎10
月21日9時30分から電話

☆ほどがや こども ニコニコフェスタ☆

☎11月7日(火)～9日(木)・11日(土)・14日(火)・22日(水)・28日
(火)・29日(水)午前 ☎各地域ケアプラザ ☎ふれあい遊び、リトミック、
子育て情報のお知らせ ☎10月17日10時～ ☎ニコニコフェスタ運営
委員会事務局 こっころ ☎340-0013 ☎332-3190



子どもと読もう 今月の1冊

☎保土ヶ谷図書館 ☎333-1336 ☎335-0421

かぼちゃひこうせんぷくらこ 幼児～小学校低学年向け

おおくまと こぐまは ともだち。にわにうえた たねが めを
だすと、とても おおきな かぼちゃになって、ふたりの いえ
をつぶしそう。ふたりは かぼちゃを くりぬいて、かぼちゃ
のいえに おひっこし。あらしで うみにとばされて、うみを
ただよう たびにでました。



レンナート・ヘルシング/文 スベン・オットー/絵 奥田継夫・木村由利子/訳
大きなかぼちゃに住んだおおくまとこぐまは、海に流されても空に浮かんでも、
助け合って楽しくすごします。詩のような文章もすてきです。

保土ヶ谷プール

〒240-0025 狩場町238-3
☎742-2003 ☎742-2005 ☎休10/24(火)

■スタジオワンコイン教室

☎月・火・金曜 ☎成人 先着10～15人 ※詳細は要問合せ ☎500円 ☎ストレッチ・ジ
ョギングなど ☎室内履きなど ☎直接会場へ

清水ヶ丘公園

〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2
☎243-4447 ☎243-4497 ☎休11/6(月)

■教室 参加者募集

教室名	日程	時間	対象・定員(抽選)	費用
① アクア ピクス	12月1日～2024年3月15日の 金曜※12月22日・29日、 2024年1月5日、 2月23日を除く(全12回)	前半:9時30分～ 10時30分 後半:10時35分～ 11時35分	18歳以上 各25人	9,600円
② フラ ダンス	12月2日～2024年3月16日の 土曜※12月9日・30日、 2024年1月6日・13日、2月10日、 3月9日を除く(全10回)	前半:9時30分～ 10時30分 後半:10時45分～ 11時45分	18歳以上 各20人	5,000円

☎①10月27日・②28日必着で窓口 ☎郵送 〒住所・氏名・教室名を明記

10月号には原則として10月11日～11月10日の情報を掲載しています。



編集・発行 保土ヶ谷区役所 広報相談係

〒240-0001 保土ヶ谷区川辺町2-9
☎334-6221 ☎333-7945 (代) ☎334-6262

ホームページ

保土ヶ谷区役所 検索

SNSでも魅力・情報発信中▶

Instagram



X(旧Twitter)



☎区の人口 205,878 人

☎区の家帯数 100,928 世帯

(2023年9月1日現在)

※令和2年国勢調査人口速報集計結果による推計